Homöopathisches Arzneimittel

Similasan

Globuli

Schlafstörungen

V1.0 BCH0591

Information für Patientinnen und Patienten

Lesen Sie diese Packungsbeilage sorgfältig, denn sie enthält wichtige Informationen. Dieses Arzneimittel haben Sie entweder persönlich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin verschrieben erhalten, oder Sie haben es ohne ärztliche Verschreibung in der Apotheke oder Drogerie bezogen. Wenden Sie das Arzneimittel gemäss Packungsbeilage beziehungsweise nach Anweisung des Arztes, Apothekers oder Drogisten bzw. der Ärztin, Apothekerin oder Drogistin an, um den grössten Nutzen zu haben. Bewahren Sie die Packungsbeilage auf, Sie wollen sie vielleicht später nochmals lesen.

Wann wird *SIMILASAN Schlafstörungen* angewendet?
Gemäss homöopathischem Arzneimittelbild kann *SIMILASAN Schlafstörungen* angewendet werden bei:
- Einschlaf- und Durchschlafstörungen (häufiges Erwachen)
- Durch Gedankenfluss, Verspannungen und Unruhe gestörten Schlaf
- Unruhigem, oberflächlichem, traumreichem Schlaf

Was sollte dazu beachtet werden?
- Wenn Ihnen Ihr Arzt oder Ihre Ärztin andere Arzneimittel verschrieben hat, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, bzw. Ihre Ärztin oder Apothekerin, ob *SIMILASAN Schlafstörungen* gleichzeitig eingenommen werden darf.
- Bei Anhalten der Beschwerden über einen Monat soll ärztliche Hilfe beansprucht werden.
- Da Schlafstörungen verschiedenste Ursachen haben können, ist der Wirkungseintritt bei Einnahme dieses Präparates von Person zu Person verschieden. Hartnäckige, chronische Schlaflosigkeit bedarf meist einer längeren Behandlungszeit.

Wann darf *SIMILASAN Schlafstörungen* nicht oder nur mit Vorsicht angewendet werden?
- Bis heute sind keine Anwendungseinschränkungen bekannt.
- Bei bestimmungsgemässem Gebrauch sind keine besonderen Vorsichtsmassnahmen notwendig.
- Informieren Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin, wenn Sie
  - an andern Krankheiten leiden
  - Allergien haben oder
  - andere Arzneimittel (auch selbstgekaufte) einnehmen.

Wie verwenden Sie *SIMILASAN Schlafstörungen*?
Falls vom Arzt bzw. von der Ärztin nicht anders verschrieben:
Kleinkinder, Kinder und Erwachsene: 7 Globuli (Kügelchen) pro Gabe.
- ***Gelegentliche Schlafstörungen:*** Abends vor dem Zubettgehen. Bei ausbleibendem Soforterfolg, viertelstündlich wiederholen. Bei häufigem Erwachen auch nachts.
- ***Chronische Schlafstörungen:*** Morgens, mittags und abends vor dem Zubettgehen. Bei häufigem Erwachen auch nachts.

Einnahmehinweise:
- Globuli (Kügelchen) im Mund zergehen lassen.
- Dürfen auch auf nüchternen Magen eingenommen werden.

Die Wirkungsdauer einer Arzneimittelabgabe kann individuell verschieden sein. Grundsätzlich wird die Einnahme des Präparates bei Nachlassen der Wirkung oder bei Rückkehr der Beschwerden wiederholt. Halten Sie sich an die in der Packungsbeilage angegebene oder vom Arzt oder von der Ärztin verschriebene Dosierung. Wenn bei der Behandlung eines Kleinkindes/Kindes die gewünschte Besserung nicht eintritt, ist mit ihm ein Arzt bzw. eine Ärztin aufzusuchen. Wenn Sie glauben, das Arzneimittel wirke zu schwach oder zu stark, so sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihrer Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Welche Nebenwirkungen kann *SIMILASAN Schlafstörungen* haben?
Für *SIMILASAN Schlafstörungen* sind bisher bei bestimmungsgemässem Gebrauch keine Nebenwirkungen beobachtet worden.
Wenn Sie dennoch Nebenwirkungen beobachten, informieren Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Bei Einnahme von homöopathischen Arzneimitteln können sich die Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung).

Massnahmen bei anfänglicher Symptomverstärkung:
1. Präparat nicht mehr einnehmen bis die Reaktion abgeklungen ist.
2. Einmal 7 Globuli einnehmen. Wirkung abwarten.
3. Bei Wiederholung der Reaktion gleiches Verhalten wie unter 1. und 2. beschrieben.
4. Wird keine Reaktion mehr verspürt, die Empfehlungen unter „Wie verwenden Sie ...“ einhalten.

Bei andauernder Verschlechterung setzen Sie *SIMILASAN Schlafstörungen* ab und informieren Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Was ist ferner zu beachten?
- Zuckerfrei. Mit Xylit.
- Vor Kindern geschützt aufbewahren.
- Das Arzneimittel darf nur bis zu dem auf dem Behälter mit <Exp.> bezeichneten Datum verwendet werden.
- Bei Raumtemperatur (15 - 25 °C) lagern.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen Ihr Arzt, Apotheker oder Drogist bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Was ist in *SIMILASAN Schlafstörungen* enthalten?
Globuli enthalten: Avena sativa D12 / Hepar sulfuris D12 / Pulsatilla pratensis D15 / Zincum valerianicum (Zincum isovalerianicum) D12 zu gleichen Teilen. Das Präparat enthält als Hilfsstoffe: Xylit und Calciumcarbonat.

Zulassungsnummer: 51360 (Swissmedic)

Wo erhalten Sie *SIMILASAN Schlafstörungen*?
In Apotheken und Drogerien, ohne ärztliche Verschreibung.

Welche Packungen sind erhältlich?
Packungsgrössen: 15 g
4,5 g (nur als Bestandteil der Reise- und der Taschen-Apotheke)

Zulassungsinhaberin und Herstellerin:
Similasan AG, CH-8916 Jonen

Diese Packungsbeilage wurde im Februar 2009 letztmals durch die Arzneimittelbehörde (Swissmedic) geprüft.

Médicament homéopathique

Similasan

Globules

Troubles du sommeil

Information destinée aux patients

Lisez attentivement la notice d'emballage. Vous y trouverez tous les renseignements importants concernant le médicament. Ce médicament vous a été prescrit par votre médecin ou vous a été remis sans ordonnance par le pharmacien ou le droguiste. Pour en tirer le meilleur bénéfice, veuillez l'utiliser conformément à la notice d'emballage ou, le cas échéant, aux indications du médecin, pharmacien ou droguiste. Conservez cette notice d'emballage pour pouvoir la relire plus tard si nécessaire.

Quand *SIMILASAN troubles du sommeil* est-il utilisé?
Conformément au schéma thérapeutique homéopathique *SIMILASAN troubles du sommeil* peut être utilisé en cas de:
- Insomnies ou sommeil entrecoupé
- Suractivité mentale au moment de s'endormir, tension et agitation, sommeil troublé
- Sommeil agité, léger, riche en rêves

De quoi faut-il tenir compte en dehors du traitement?
- Si votre médecin vous a prescrit d'autres médicaments, demandez à votre médecin ou à votre pharmacien si *SIMILASAN troubles du sommeil* peut être pris simultanément.
- Si les troubles persistent plus d'un mois, vous devez consulter votre médecin.
- Les troubles du sommeil pouvant avoir les origines les plus diverses, le moment où l'effet de ce médicament commence à se faire ressentir diffère d'un individu à l'autre. La plupart du temps, les insomnies tenaces et chroniques nécessitent une durée de traitement plus longue.

Quand *SIMILASAN troubles du sommeil* ne doit-il pas être pris ou seulement avec précaution?
- Aucune limitation d'emploi n'est connue à ce jour. Si le médicament est utilisé conformément à l'usage auquel il est destiné, aucune précaution particulière n'est requise.
- Veuillez informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste si
  - vous souffrez d'une autre maladie,
  - vous êtes allergique,
  - vous prenez déjà d'autres médicaments (même en automédication).

Comment utiliser *SIMILASAN troubles du sommeil*?
Sauf prescription contraire du médecin:
Bébés, enfants et adultes: 7 globules par prise.
- ***Troubles du sommeil occasionnels:*** Le soir avant le coucher. Si l'effet ne se fait pas sentir immédiatement, renouveler la prise au bout d'un quart d'heure. En cas de réveils fréquents, la nuit aussi.
- ***Troubles du sommeil chroniques:*** Matin, midi et soir avant le coucher. En cas de réveils fréquents, la nuit aussi.

Mode d'emploi:
- Laisser fondre les globules dans la bouche.
- Les globules peuvent être pris même si vous êtes à jeun.

Le temps d'action d'un médicament peut varier d'une personne à l'autre. C'est pourquoi il est conseillé d'administrer une nouvelle prise lorsque l'effet de la préparation diminue ou les troubles reviennent.
Veuillez vous conformer au dosage figurant sur la notice d'emballage ou prescrit par votre médecin. Si l'amélioration escomptée de l'enfant en bas âge / de l'enfant ne se produit pas, faites-le examiner par un médecin.
Adressez-vous à votre médecin, pharmacien ou droguiste si vous estimez que l'efficacité du médicament est trop faible ou au contraire trop forte.

Quels effets secondaires *SIMILASAN troubles du sommeil* peut-il provoquer?
Lors d'un emploi approprié, aucun effet secondaire indésirable n'a été constaté jusqu'à ce jour pour *SIMILASAN troubles du sommeil.*
Si vous remarquez toutefois des effets secondaires, veuillez en informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.
Lors de la prise de médicaments homéopathiques, les troubles peuvent s'aggraver passagèrement (aggravation initiale).

Mesures en cas d'aggravation des symptômes au début du traitement:
1. Suspendre l'administration de la préparation jusqu'à ce que la réaction thérapeutique ait cessé.
2. Prendre une fois 7 globules. Attendre la réaction.
3. Si la réaction se répète, agir comme indiqué sous points 1. et 2.
4. Si vous ne ressentez aucune réaction, respectez les recommandations mentionnées sous „Comment utiliser ...“.

Si cette aggravation persiste, cessez le traitement avec *SIMILASAN troubles du sommeil* et informez-en votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

De quoi faut-il en outre tenir compte?
- Sans sucre. Avec xylite.
- Conserver hors de portée des enfants.
- Le médicament ne doit pas être utilisé au-delà de la date figurant après la mention < Exp.> sur le récipient.
- Conserver à température ambiante entre 15 et 25 °C.

Pour de plus amples renseignements, consultez votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

Que contient *SIMILASAN troubles du sommeil*?
Les globules contiennent: Avena sativa D12 / Hepar sulfuris D12 / Pulsatilla pratensis D15 / Zincum valerianicum (Zincum isovalerianicum) D12 à parts égales. La préparation contient en tant qu'excipients: xylite et carbonate de calcium.

Numéro d'autorisation: 51360 (Swissmedic)

Où obtenez-vous *SIMILASAN troubles du sommeil*?
En pharmacie et droguerie, sans ordonnance médicale.

Quels sont les emballages à disposition sur le marché?
Conditionnements: 15 g
4,5 g (seulement si fait partie de la pharmacie de voyage et de la pharmacie de poche)

Titulaire de l'autorisation et fabricant:
Similasan AG, CH-8916 Jonen

Cette notice d'emballage a été contrôlée par l'autorité des médicaments (Swissmedic) en février 2009.

Medicamento omeopatico

Similasan

Globuli

Disturbi del sonno

Informazione per i pazienti

Legga attentamente questo prospetto, perché contiene informazioni importanti. Questo medicamento le è stato prescritto personalmente dal suo medico oppure è stato da lei acquistato in farmacia o drogheria senza ricetta medica. Per ottenere il massimo giovamento da questo preparato, lo utilizzi come descritto nel prospetto interno ovvero attenendosi alle istruzioni che ha ricevuto dal medico, farmacista o dal droghiere. Abbia cura di conservare il prospetto del medicamento, perché eventualmente lo vorrà leggere ancora in un secondo tempo.

V1.0 BCH0591

Quando si usa *SIMILASAN disturbi del sonno* ?

Secondo i principi farmacologici dell'omeopatia, *SIMILASAN disturbi del sonno* trova impiego nei casi di:

– Difficoltà ad addormentarsi e frequenti risvegli
– Disturbi del sonno causati da agitazione e tensione nervosa
– Sonno leggero e agitato con frequenti sogni

Di cosa bisogna tener conto?

– Qualora siano stati prescritti altri medicinali da parte del medico curante, consultare il medico o il farmacista per sapere se è possibile assumere contemporaneamente anche *SIMILASAN disturbi del sonno*.
– Se i disturbi persistono per oltre un mese, bisogna rivolgersi a un medico.
– Dato che i disturbi del sonno possono avere varie cause, il tempo necessario perché si manifesti l'effetto dopo l'assunzione del preparato varia da persona a persona. Un'insonnia cronica e ostinata generalmente richiede un trattamento prolungato.

Quando non si può usare *SIMILASAN disturbi del sonno* e quando la sua somministrazione richiede prudenza?

– Fino ad oggi non si conoscono controindicazioni. Non sono necessarie precauzioni particolari, a condizione che il preparato sia usato correttamente.
– Informi il suo medico, farmacista o droghiere se
  - soffre di altre malattie,
  - ha qualche allergia oppure,
  - prende altri medicamenti (anche se acquistati di propria iniziativa).

Come si usa *SIMILASAN disturbi del sonno* ?

Salvo diversa prescrizione medica, attenersi alla seguente posologia: Neonati, bambini e adulti: 7 globuli per ogni somministrazione.

– ***Disturbi occasionali:*** La sera prima di andare a dormire. In caso di insuccesso, ripetere ogni quarto d'ora. In caso di risvegli frequenti, anche di notte.
– ***Disturbi cronici:*** La mattina, a mezzogiorno e la sera prima di andare a dormire. In caso di risvegli frequenti, anche di notte.

Avvertenze per l'assunzione:

– Lasciar sciogliere i globuli in bocca.
– L'assunzione può avvenire anche a stomaco vuoto.

La durata dell'effetto varia a seconda del soggetto. In generale si consiglia di ripetere la somministrazione del preparato in caso di riduzione dell'effetto o di ripresa dei sintomi.
Si attenga alla posologia indicata nel foglietto illustrativo o prescritta dal suo medico.
Se il trattamento riguarda un bambino e non si ottiene il miglioramento desiderato, il bambino deve essere visitato da un medico.
Se ritiene che il medicamento agisca troppo o troppo poco, ne parli al medico, al farmacista o al droghiere.

Quali effetti collaterali può avere *SIMILASAN disturbi del sonno* ?

Non sono stati finora osservati effetti collaterali in seguito all'impiego corretto di *SIMILASAN disturbi del sonno*. Se ciononostante osserva effetti collaterali dovrebbe informare il suo medico, farmacista o droghiere.
L'assunzione di preparati omeopatici può dar luogo a una temporanea intensificazione dei sintomi (peggioramento iniziale).

Cosa fare quando i sintomi si acutizzano:

1. Interrompere la somministrazione fino a quando la reazione si affievolisce.
2. Prendere in una volta sola 7 globuli e aspettare l'effetto.
3. Se la reazione si ripete, comportarsi come descritto ai punti 1. e 2.
4. Se non si avverte più alcuna reazione, attenersi alle raccomandazioni descritte al paragrafo "Come si usa …".

Qualora il peggioramento dovesse persistere, interrompere l'assunzione di *SIMILASAN disturbi del sonno* e consultare il medico, il farmacista o il droghiere.

Di che altro bisogna tener conto?

– Senza zucchero. Con xilitolo.
– Tenere fuori dalla portata dei bambini.
– Il preparato può essere somministrato solo fino alla data <Exp.> indicata sulla confezione.
– Conservare a temperatura ambiente (15 - 25 °C).

Ulteriori informazioni possono essere fornite dal medico, dal farmacista o dal droghiere.

Che cosa contiene *SIMILASAN disturbi del sonno* ?

Globuli contengono: Avena sativa D12 / Hepar sulfuris D12 / Pulsatilla pratensis D15 / Zincum valerianicum (Zincum isovalerianicum) D12 in parti uguali. Il preparato contiene come eccipienti: xilitolo e carbonato di calcio.

Numero dell'omologazione: 51360 (Swissmedic)

Dov'è ottenibile *SIMILASAN disturbi del sonno* ?

In farmacia e drogheria, senza prescrizione medica.

Quali confezioni sono disponibili?

Confezioni: 15 g
4,5 g (solo come parte integrante della farmacia da viaggio e della farmacia tascabile)

Titolare dell'autorizzazione e produttore:

Similasan AG, CH-8916 Jonen

Questo foglio illustrativo è stato controllato per l'ultima volta nel febbraio 2009 dall'autorità competente in materia di medicamenti (Swissmedic).

Homeopathic medicine

Similasan

Globules

Insomnia

Information for patients

Read this package leaflet carefully since it contains important information. This medicine has either been prescribed for you personally by your doctor, or you have purchased it from a pharmacist or druggist without a medical prescription. In order to obtain the greatest benefit from this medicine, use it according to this package leaflet or as directed by your doctor, pharmacist or druggist. Keep this package leaflet safe, you may want to read it again later.

When should *SIMILASAN insomnia* be taken?

In accordance with homeopathic principles, *SIMILASAN insomnia* can be used in cases of:

– Difficulty in going to sleep and frequent waking during the night
– Disturbed sleep due to inability „to switch off", tenseness and restlessness
– Restless, light sleep and excessive dreaming

What precautions should be taken?

– If your physician has prescribed other medications, please ask him/her or your pharmacist if you may take *SIMILASAN insomnia* at the same time.
– If the problem persists for more than one month you should obtain medical help.
– Because insomnia may have very varied causes, the time required for this product to start to act varies from person to person. Stubborn, chronic insomnia generally requires prolonged treatment.

When must *SIMILASAN insomnia* not be taken or taken only with caution?

– There are no known restrictions on use at present. When used as recommended, no particular precautionary measures are necessary.
– Tell your doctor, pharmacist or druggist if you:
  - are suffering from any other diseases or illnesses,
  - have allergies or
  - are taking other medicines (even those you have bought yourself).

How do you take *SIMILASAN insomnia* ?

Unless prescribed differently by your physician: Infants, children and adults: 7 globules (small spheres) per dose.

– ***Occasional insomnia:*** Take in the evening before going to bed. If not effective immediately, repeat every quarter of an hour. Also take during the night if you wake frequently.
– ***Chronic insomnia:*** Take in the morning, at noon and in the evening before going to bed. Also take during the night if you wake frequently.

Instructions for administration:

– Allow the globules to dissolve in the mouth.
– The preparation may also be taken on an empty stomach.

The period of effectiveness of a medical preparation can vary from person to person. As a rule, always begin another course of treatment when the effect wears off or the symptoms recur. Keep to the dosage given in the package leaflet or prescribed by your doctor. If no improvement is seen in a young child/child, seek the advice of a doctor. If you think that the medicine is working too little or too strongly, talk to your doctor, pharmacist or druggist.

What side effects can *SIMILASAN insomnia* have ?

No incidents of side effects have been reported for *SIMILASAN insomnia* provided the correct dosage is adhered to and the precautionary measures are observed. However, please inform your doctor, pharmacist or druggist if you should notice any side effect.
When taking homeopathic medication, the symptoms may at first become more pronounced for a short period (initial exacerbation).

Measures to take in the case of initial worsening of symptoms:

1. Stop taking the preparation until the reaction has ceased.
2. Take a single dose of 7 globules and wait for reaction.
3. If the reaction recurs, proceed as described in 1. and 2. above.
4. If the reaction does not recur, follow the instructions mentioned in „How do you take …".

Should the worsening of symptoms persist, stop taking *SIMILASAN insomnia* and inform your physician, pharmacist or druggist.

What should also be taken into consideration?

– Sugar-free. With xylitol.
– Keep out of the reach of children.
– This preparation must not be used after the expiry date indicated as <Exp.> on the container.
– Store at room temperature (15 - 25 °C).

Further information can be obtained from your physician, pharmacist or druggist.

What does *SIMILASAN insomnia* contain?

The globules contain: Avena sativa D12 / Hepar sulfuris D12 / Pulsatilla pratensis D15 / Zincum valerianicum (Zincum isovalerianicum) D12 in equal proportions.
The medication contains as excipients: xylitol and calcium carbonate.

Product licence No.: 51360 (Swissmedic)

Where can you obtain *SIMILASAN insomnia* ?

In pharmacies and drugstores, without medical prescription.

How is the preparation presented?

Package sizes: 15 g
4,5 g (only as part of the Travel Medical Kit and Pocket Medical Kit)

Holder of the product licence and manufacturer:

Similasan AG, CH-8916 Jonen

The latest examination of this package leaflet was carried out in February 2009 by the Swiss Federal Authorities for Medication (Swissmedic).